



MOTIVOS DE PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS EN PROFESORES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Joaquín DOSIL DIAZ*

Universidad de Vigo

RESUMEN

Este trabajo estudia los motivos que llevan a los profesores de educación secundaria a practicar actividades físicas y/o deportivas. La muestra está compuesta por 179 profesores de Educación Secundaria, de edades comprendidas entre los 24 y los 67 años (media= 41,16; desviación típica= 10,12), de la Comunidad Autónoma de Galicia, de los cuales 92 son hombres y 87 mujeres, que tienen su lugar de residencia, mayoritariamente, en zona urbana. Se ha utilizado el “Cuestionario de los hábitos deportivos de los españoles” de García Ferrando (1997), del que se han extraído los ítems correspondientes a los motivos de práctica deportiva. Los resultados muestran que los motivos que escogen los profesores para practicar actividades físicas/deportivas varían según la edad y el sexo, no encontrándose diferencias importantes según el lugar de residencia.

PALABRAS CLAVE: actividad física, deporte, motivos.

ABSTRACT

This essay studies the motivations that lead the Secondary Education teachers to practise

physical activities or sports. The sample is made up of 179 teachers at the Secondary Education level, with ages between 24 and 67 years old (age average= 41.61; standard deviation= 10.12); 92 of whom are men and 87 are women. All of them come from Galicia and they mainly live in urban areas. It has been used the “Questionnaire of Sport Habits of Spaniards” by García Ferrando (1997), from which the items related to the reasons for practising sports have been taken out. Results show that the motivation chosen by the teachers to carry out physical activities varies according to their age and sex, but with no difference in respect of the place of residence.

KEY WORDS: physical activity, sport, motivation.

INTRODUCCIÓN

El cambio social que se ha experimentado en España en los últimos veinte años ha propiciado el aumento de tasas de urbanización e industrialización, de los niveles de bienestar social y la aparición de estilos de vida determinados, en gran medida, por cómo se ocupa el tiempo libre y de ocio (Vidal-Beneyto, 1991). En conjunción con la sociedad, la actividad física y el deporte ha sufrido transfor-

* Departamento de Psicología Evolutiva y Comunicación. E-mail: jdosil@uvigo.es

maciones profundas, colocándose entre las actividades de tiempo libre más practicadas (García Ferrando, 1997). La comercialización del deporte profesional y del deporte de alta competición, la necesidad de grandes espectáculos de entretenimiento colectivo, las necesidades de participación social, de salud y de nuevas pautas de sociabilidad en una población altamente urbanizada e implicada en trabajos, en muchos casos, sedentarios y estresantes, han propiciado que se desarrollen nuevas formas de tiempo libre y ocio, entre las que la oferta de actividades físicas y deportes está en auge. El sistema de vida actual “obliga” a buscar formas alternativas de “combatir” el sedentarismo y los estados estresantes; la actividad física o el deporte pueden ser una alternativa muy válida.

Los trabajos que estudian los motivos que llevan a la población a practicar actividades físicas y/o deportivas han sido numerosos en los últimos años (Roberts, 1992; Balaguer y Atienza, 1994; Escartí y Cervelló, 1994; Sutherland y Morris, 1997). Como indican Cantón et al. (1995) y Dosil (2001a), para que una persona comience a practicar una actividad física o un deporte y se mantenga en ella, hace falta que ésta tenga algún atractivo o la virtualidad de satisfacer alguna de sus necesidades. Por ello, es necesario conocer los motivos por los que los sujetos comienzan una actividad, puesto que serán la base para el buen mantenimiento de la misma. Para el estudio de los motivos que llevan a la práctica y mantenimiento se han utilizado, preferentemente, los cuestionarios, y que ha permitido la elaboración de teorías sobre la motivación.

Las dimensiones implicadas en el término motivación también han sido objeto de estudio, llegándose a la conclusión de que existen cinco patrones de comportamiento (Rodríguez Allén, 2000): dirección, persistencia, motivación continuada, intensidad y resultados.

En el contexto de la actividad física y el deporte, la “dimensión direccional” se refiere

al por qué un sujeto se orienta hacia un tipo de actividad u otra, hacia un objetivo u otro; la “persistencia” a la concentración en la realización de una determinada tarea, la duración del ejercicio; la “motivación continuada” hace referencia a la continuidad en la realización de una actividad; la “dimensión intensiva” al por qué las personas se esfuerzan en realizar determinadas actividades, empleando tiempo y energía; y, por último, los “resultados”, hacen referencia a las inferencias que se pueden hacer con la observación de los resultados de una determinada actividad.

Gutiérrez (2000) hace una reflexión sobre los estudios de la motivación en los últimos años, concluyendo que los diferentes tipos de motivación (extrínseca, intrínseca, de logro, orientación de metas, de competencia...) han servido a los investigadores para conocer mejor las formas en que los participantes en actividades físicas y deportivas pueden desarrollar, mantener e incrementar sus niveles de motivación personal. Así, se ha llegado a la conclusión de que cierto tipo de motivaciones, como la orientada al resultado, la de “ego” o la extrínseca, pueden, en algún caso, resultar perjudiciales en cuanto a la participación en la actividad (Duda, 1993).

En el ámbito español, han tenido enorme relevancia en los últimos años los trabajos de García Ferrando (1997). Parece ser que el motivo que más peso tiene para los españoles a la hora de comenzar y practicar una actividad deportiva es “por hacer ejercicio físico”, aunque también tienen importancia otros como “por diversión y pasar el tiempo”, “porque le gusta el deporte”, “por mantener la salud” y “por encontrarse con amigos”.

MÉTODO

Objetivo

El objetivo principal de este trabajo es *“Conocer los motivos por los que practican*

actividades físicas y/o deportivas los profesores de Educación Secundaria”. El estudio se realiza atendiendo a las variables edad, sexo y lugar de residencia.

Descripción de la muestra

La muestra está compuesta por 179 profesores de Educación Secundaria, de edades comprendidas entre los 24 y los 67 años (media= 41,16; desviación típica= 10,12), de la

Comunidad Autónoma de Galicia, de los cuales 92 son hombres y 87 mujeres, que tienen su lugar de residencia, mayoritariamente, en zona urbana, tal como se recoge en la tabla 1.

Dada la diferencia de edades, se ha optado por dividir la muestra en dos grupos de edad: PROFESORES JÓVENES y PROFESORES MAYORES, siguiendo el criterio establecido en la investigación en la que se contextualiza este trabajo (Dosil, 2001).

N	SEXO	LUGAR RESIDENCIA
179	Hombres = 92	Rural = 36
	Mujeres = 87	Urbano = 143

TABLA 1: Distribución de la muestra por sexo y lugar de residencia.

Las características de cada uno de los grupos se presentan en la tabla 2.

	N	MEDIA	DESV. TÍPICA
GRUPO 1: De 24 a 40 años	93	33,14	4,9
GRUPO 2: De 41 a 67 años	86	49,84	6,4

TABLA 2: Edad de los grupos de la muestra

A continuación se muestra el número de hombres y de mujeres, así como la distribución por el Lugar de Residencia (rural ó

urbano) de los sujetos de la muestra, en función de los grupos de edad establecidos (tabla 3).

	SEXO		LUGAR RESIDENCIA	
	HOMBRES	MUJERES	RURAL	URBANO
Grupo 1 (24-40 años)	38	55	20	73
Grupo 2 (41-67 años)	54	32	16	70
TOTAL	92	87	36	143

TABLA 3: Distribución por sexos y lugar de residencia

Se ha de significar que se entiende por residencia urbana, la que corresponde a alguna de la siete “grandes” ciudades de Galicia: A Coruña, Ferrol, Santiago, Pontevedra, Vigo, Lugo y Ourense. Los restantes emplazamientos: villas, pueblos, aldeas, son considerados “residencia en zona rural”.

Instrumento

Se ha utilizado el “Cuestionario de hábitos deportivos de los españoles” empleado por García Ferrando (1997), del que se han extraído para este trabajo los ítems correspondientes a los motivos de práctica deportiva (en el

que se permite a los sujetos elegir más de un motivo).

Procedimiento

Para la aplicación del Cuestionario acudimos a varios centros de la Comunidad Autónoma Gallega. Tres de ellos son públicos, dos privados y dos concertados. En ninguno ha habido problemas en la cumplimentación del Cuestionario.

Resultados

- Según la EDAD:

Los motivos que manifiestan los profesores como los más influyentes para la realiza-

ción de una AF/D muestran claras tendencias: el más elegido es “por mantener y mejorar la salud” (73,7%), seguido de “por hacer ejercicio físico” (57,1%). La “diversión”, “porque le gusta” o “por evasión” forman un segundo grupo de opciones que rondan –por encima y por debajo- el 30% de sujetos. “Mantener la línea” y “por encontrarse con amigos” alcanzan el 20% y, “competir” y “otros motivos” disminuyen hasta el 3%, aproximadamente (tabla 4).

Estas diferencias se aprecian al comparar los grupos de edad: los profesores mayores experimentan un descenso –en cuanto a porcentajes- en todas los motivos estudiados, excepto en el de “mantener y/o mejorar la salud”, donde obtienen un incremento.

	TOTAL (N= 133)	GRUPO 1 (24-40)	GRUPO 2 (41-67)
Por hacer ejercicio físico	57,1	65,3	47,4
Por diversión	35,6	38,9	31,7
Porque le gusta el deporte	32,3	37,5	26,2
Por mantener y/o mejorar la salud	73,7	70,8	77
Por encontrarse con amigos	16,5	20,8	11,5
Por mantener la línea	21,1	31,9	8,2
Por evasión	27,1	34,7	18
Porque le gusta competir	3,8	5,6	1,7
Otros	2,3	4,2	-

TABLA 4: Motivos para la práctica deportiva en función de la edad (porcentajes)

- Según el sexo:.

La variable sexo permite diferenciar si existen motivos que predominan en los hombres o en las mujeres. Si observamos la primera columna de la tabla 5, en la que se presentan los resultados del total de la muestra de profesores practicantes, observamos que los porcentajes son similares en todos los casos, exceptuando “porque le gusta el deporte”, “por encontrarse con amigos” y “porque le gusta competir” en los que los hombres presentan porcentajes mayores que las mujeres; y “por mantener la línea” en el que se obtiene el resultado contrario.

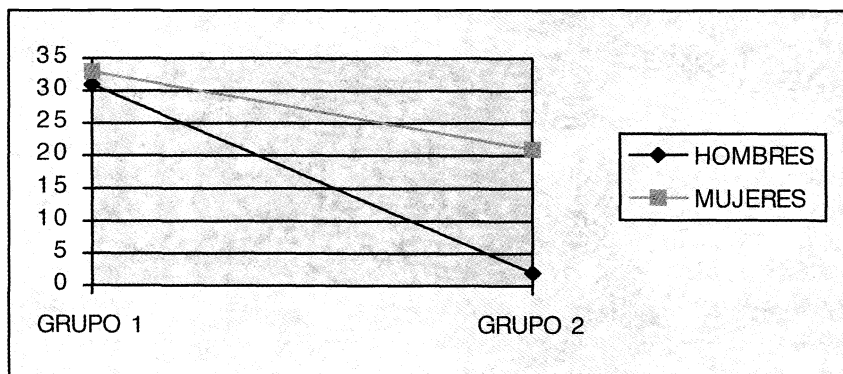
Es importante constatar la diferencia entre grupos. Presentamos gráficamente los resultados de dos motivos significativos: “por mantener la línea (gráfica 1), y “por competir” (gráfica 2).

El grupo de profesores jóvenes (G1) se caracteriza porque tanto en los hombres como en las mujeres tiene mucho peso este motivo. Ahora bien, mientras que sufre un ligero descenso en las mujeres –con la edad-, en los hombres este descenso se hace muy pronunciado hasta alcanzar prácticamente el 0% (no se le da importancia a partir de los 40 años).

	TOTAL (N= 133)		GRUPO 1 (24-40)		GRUPO 2 (41-67)	
	H	M	H	M	H	M
Por hacer ejercicio físico	59,5	54,2	68,8	62,5	52,4	36,8
Por diversión	36,5	34,5	37,5	40	35,7	22,2
Porque le gusta el deporte	35,1	28,8	40,6	35	31	15,8
Por mantener y/o mejorar la salud	73	74,6	75	67,5	71,4	89,5
Por encontrarse con amigos	21,6	10,2	34,4	10	11,9	10,5
Por mantener la línea	14,9	28,8	31,3	32,5	2,4	21,1
Por evasión	25,7	28,8	40,6	30	14,3	26,3
Porque le gusta competir	6,8	-	12,5	-	2,4	-
Otros	-	5,1	-	7,5	-	-

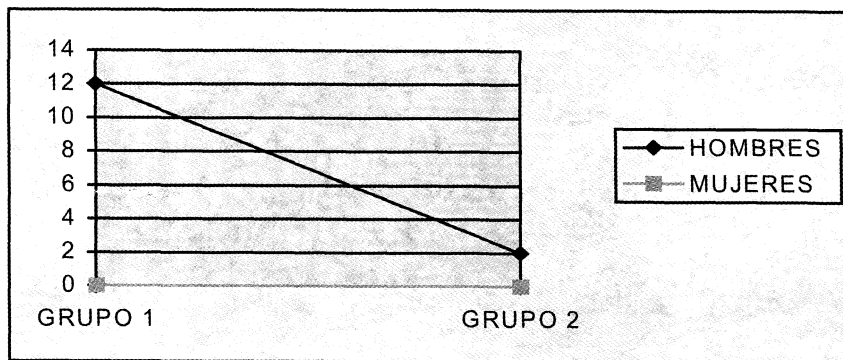
TABLA 5: Motivos para la práctica en función del sexo (porcentajes)

“Por mantener la línea”:



GRÁFICA 1: Representa el “peso” que tiene el motivo “por mantener la línea” en los hombres y mujeres de la muestra de profesores

“Por competir”:



GRÁFICA 2: Representa el “peso” que tiene el motivo “por competir” en la muestra de profesores, en función del grupo de edad y sexo.

El motivo de competir es claramente masculino y del grupo de profesores jóvenes. En las mujeres todo lo contrario.

- Según el lugar de residencia

El lugar de residencia de los sujetos de la muestra no parece ser un factor determinante, de la práctica de una AF/D. Los porcentajes que se obtienen, tanto en los sujetos que viven en ambiente rural como en urbano, son similares (tabla 6).

CONCLUSIONES

En suma, los análisis realizados permiten afirmar que los motivos para la práctica de una AF/D varían según la edad y el sexo. Asimismo, los resultados evidencian que la variable lugar de residencia juega un papel

irrelevante como motivadora de la práctica. Explicitaremos algo más estas afirmaciones.

La influencia de la edad en la motivación de los sujetos ha sido uno de los factores más estudiados en los últimos tiempos (Bakker et al, 1993; Weinberg y Gould 1995; White, 1998; Dosil, 2001a). Los resultados de esta investigación son similares a los obtenidos en otro trabajo realizado por nosotros (Dosil 2001b), en el que se analizan los mismos motivos en una muestra de la población general de la misma edad. Los trabajos de García Ferrando (1997) presentan porcentajes diferentes, puesto que son globales, sin diferenciación por grupos edad. Es importante señalar que el motivo “por evasión” alcanza mayores porcentajes en la muestra de profesores, tanto al compararla con los citados estudios de Dosil, y de García Ferrando.

	TOTAL (N= 133)		GRUPO 1 (24-40)		GRUPO 2 (41-67)	
	R	U	R	U	R	U
Por hacer ejercicio físico	58,6	56,7	68,8	64,3	46,2	47,9
Por diversión	37,9	35	37,5	39,3	38,5	29,8
Porque le gusta el deporte	34,5	31,7	31,3	39,3	38,5	22,9
Por mantener y/o mejorar la salud	82,8	71,2	75	69,6	92,3	72,9
Por encontrarse con amigos	13,8	17,3	12,5	23,2	15,4	10,4
Por mantener la línea	20,7	21,2	31,3	32,1	7,7	8,3
Por evasión	31	26	43,8	32,1	15,4	18,8
Porque le gusta competir	6,9	2,9	12,5	3,6	-	2,1
Otros	-	2,9	-	5,4	-	-

TABLA 6: Motivos para la práctica, en función del lugar de residencia (porcentajes)

En cuanto a la variable sexo, los motivos varían en hombres y mujeres. Tienen más peso entre los profesores varones motivos como “por diversión y pasar el tiempo”, “porque le gusta el deporte”, “por mantener y mejorar la salud” y “por evasión”; y en las mujeres, motivos como “por encontrarse con amigos” ó “por mantener la línea”. Al compararlo con otros estudios, se observa que existen diferencias claras; así, destaca el motivo “por evasión”, donde los hombres del grupo de “jóvenes profesores” y las

mujeres del grupo de “profesores mayores” alcanzan porcentajes muy superiores a los de la población general (Dosil, 2001b).

Por último, la variable lugar de residencia no parece jugar, como ya se dijo, un peso relevante. En líneas generales, se puede afirmar que motivos como “mantener y/o mejorar la salud” tienen más peso en el ambiente rural, y que motivos como “encontrarse con amigos” en el ambiente urbano.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cantón, E., Mayor, L., y Pallarés, J. (1995). Factores motivacionales y afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de psicología General y Aplicada*, 48, 59-76.
- Balaguer, I y Atienza, F.L. (1994). Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis. *Apunts*, 31, 285-299.
- Bakker, F.C., Whiting, H.T.A. y Van der Brug, H. (1993). *Psicología del deporte*. Madrid: Morata.
- Dosil, J. (2001a). Del deporte competición al deporte recreación. En M. Valcarce, *Psicología del deporte y de la salud*. Ourense: Fundación Mestre Mateo.
- Dosil, J. (2001b). *Actividad física y deporte a lo largo de la vida: actitudes, motivaciones y práctica*. Tesis Doctoral. Universidad de Santiago de Compostela.
- Duda, J.L. (1993). Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento desde la perspectiva de metas. En R.N. Singer, M. Murphey y L. K. Tennant (eds.), *Handbook of research on sport psychology*. Nueva York: McMillan.
- Escartí, A., y Cervelló, E. (1994). La motivación en el deporte. En I. Balaguer (Ed.), *Entrenamiento psicológico en deporte: Principios y aplicaciones*. Valencia: Albatros Educación.
- García Ferrando, M. (1997). *Los españoles y el deporte (1980-1995): un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores*. Madrid y Valencia. Consejo Superior de deporte y Tirant lo blanch.
- Gutiérrez, M. (2000). Actividad física, estilos de vida y calidad de vida. *Revista de Educación Física*, 77.
- Roberts, G.C. (1992). Motivation in sport an exercise: conceptual constraints and conceptual convergence. En G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Rodríguez Allen, A. (2000). *Adolescencia y deporte*. Gijón: Nobel.
- Sutherland, G y Morris, T. (1997). Gender and participation motivation in 13 to 15 year old adolescents. En R. Lidor y M. Bar-Eli (eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress of Sport Psychology: Part II*. Netanya, Israel: Wingate Institute.
- Vidal-Beneyto, J. (1991). *España a debate*. Madrid: Tecnos.
- Weinberg, R.S. y Gould, D. (1995). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.
- White, S. (1998). Adolescent Goal profile, Perceptions of the Parent-Imitated Motivational Climate, and Competitive Trait Anxiety. *The Sport Psychologist*, 12, 16-28.